

# あわーず福井通信

増刊号 No.13



仕事の効率アップや心身のリフレッシュのためにも大切な休日や休憩！今回は労働基準法上の原則と例外について見てみましょう！

## 1. 休憩時間



休憩時間とは、単に作業に従事しない手待ち時間は含まず、**労働から離れることを保障される時間**をいいます。

※電話当番（実際に電話があったか否かは不問）や設備トラブルでの指示待ち状態も労働時間です。



労働時間

休憩時間

6時間以下

与える義務はありません

6時間を**超える**

少なくとも**45分**

8時間を**超える**

少なくとも**1時間**

※8時間を超える時間が何時間であっても、1時間の休憩を与えれば法令違反にはなりません。

## 休憩の3原則とその例外について（労基法第34条）

### 一斉付与の原則

上記の休憩時間は、一斉に与えなければなりません。**労使協定（届出不要）で一定事項の定め可**

**【例外】** 運輸交通業、商業、金融、広告業、映画、保険衛生業、官公署等は除外です。これらの業務は、一斉に休んでしまうと業務に支障が出てしまうので例外扱い。

### 途中付与の原則

**途中付与の原則には例外はありません。**

従って、勤務時間の最初に休憩時間を付与して、6時間以上働かせることは法令違反となります。あくまでも労働時間の途中に与えなければなりません。



### 自由利用の原則

使用者は休憩時間を自由に利用させなければなりません。

**【例外】** 警察官、消防吏員、児童自立支援施設や乳児院、児童養護施設等に勤務する職員で児童と起居をともにする者。  
※事件・火事で警察、消防が休憩していると社会問題になりますよね。

**【休憩付与の適用除外】** ①運輸交通業又は郵便若しくは信書便の事業に使用される労働者のうち、列車、電車、自動車、船舶又は航空機に常務する乗務員で、長距離にわたり継続して常務する者。②郵便通信の事業に使用される労働者で、屋内勤務者30人未満の日本郵便株式会社の営業所（郵便窓口業務を行うものに限り）において郵便の業務に従事する者③乗務員で①に該当しない者のうち、勤務中における停車時間、折り返しによる待ち合わせ時間等の合計が休憩時間に該当する者



## 2. 休日

労働基準法第35条では、以下のように定めています。

- 1 使用者は、労働者に対して、**毎週少なくとも1回の休日**を与えなければならない。
- 2 前項の規定は、**4週間を通じ4日以上**の休日を与える使用者については適用しない。



休日とは、労働契約において労働義務がないとされている日をいいます。なお、必ずしも、日曜日、国民の祝日に休日を与える必要はありません。

### 休日の原則と例外

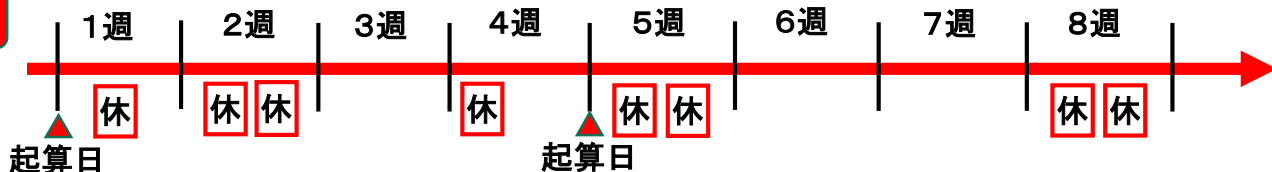
※ここでいう休日とは「法定休日」のことを言います。会社の定めた休日は所定休日といい割増賃金が違います。



原則	毎週少なくとも <b>1回</b>
例外（変形休日制）	<b>4週間を通じ4日以上</b>

変形休日制は、特定された4週間を通じ4日以上の日が与えられていればよいということであり、どの4週間を区切っても4日の休日を与えられていなければならない訳ではありません。

#### 例



☆休日とは、**原則として1暦日**を指し、**午前0時から午後24時間の休業**をいいます。ただし、8時間3交代制のような場合において、2暦日にまたがる場合には**連続24時間の休業**を与えればよいとされています（昭63.3.14基発150号）

### 気を付けたい『振替休日』と『代休』の違い！

両者は、よく混同して使われていますが以下のように異なります。

**振替休日**：業務の都合により、あらかじめ休日と定められた日を労働日とし、その代わりにほかの労働日を休日とすることをいいます。（就業規則の規定、法定休日の確保、**あらかじめ振り替える日を特定して振り替えることが必要**）

**代休**：**休日労働をさせた後**に、その代償としてその後の労働日の労働義務を免除することをいい、すでに休日労働をさせているので、休日労働としての**割増賃金の支払いが必要**



# あわーず福井

訪問看護リハビリステーション  
居宅介護支援ステーション

〒910-0005 福井市大手2-15-11

TEL 0776-50-2507

FAX 0776-50-2587

MAIL fukui@ours-sr.co.jp

- ① 365日24時間体制（土日祝日訪問OK!）
- ② 訪問リハビリあり  
（理学療法士・作業療法士・言語聴覚士在籍）
- ③ 小児・終末期・精神 対応可能！
- ④ 土日祝日追加料金は**無料**！
- ⑤ 複数往診医と連携あり！
- ⑥ 訪問先までの交通費は**無料**！
- ⑦ 福井市・鯖江市・越前市・坂井市・勝山市  
永平寺町・あわら市・大野市**全域対応**！  
訪問エリア拡大中（エリア外も**応相談**）